# 樹藝篇

蔬部第三

枸杞　防風　苜蓿　蕨　薇　莫

葍　東風　羅勒　浮藤　井藍　苦耽

翹搖　蕺　堇　雞腸　牛　羊蹄

陽和　紫菜 以下俱海中產

馬蘭 以下俱水旁產

茄　天茄　風茄　蓽澄茄　薑

## 枸杞

枸杞一名仙人杖岸側水隈隋望皆是至秋則結子吳志姑蘇志同

種枸杞法秋冬間收子於水盆中挼取曝乾春熟地作畦々中去五寸土勻作壟々中縛草稕如臂長與畦等即以泥塗草稕上以枸杞子布於泥上即以細土蓋令遍又以爛牛糞一重又以布一重令與畦平待苗出水澆之堪喫便剪瑣碎錄

三月種枸杞鉏肥熟地作平畦細草稕如臂大肆填於畦中以泥塗稕上然後種子用細土及牛糞覆蓋令勻苗出

頻澆之春嫩芽葉可作菜食　農桑撮要

枸杞子於水盆內挼令散晒乾耕作畦〻中去却五六寸土以壤糞土鋪之以糞土一層蓋草上將子種之又以爛牛糞蓋之又蓋土一重令与畦平待苗出時勤要澆水至堪採時即如剪韭法更不要煮煉每種用三月初一日每年但五度剪不可過也凡枸杞生西河郡谷中及并州者其味過於蒲萄今蘭州西去鄯城靈州九原並大根莖尤大　神隱

枸杞爾雅云枸杞檵注云枸杞也詩云集于苞杞疏云一名地骨春夏採葉秋採莖實冬採根枸杞千歲其形如犬

朱孺子幼事道士王元正居大若巖汲於溪見二花犬因逐之入於枸杞叢下掘之根形如二犬食之忽覺身輕。

種枸杞法秋冬間收子盡洗日乾春耕熟地作畦寬五寸紐草椁如臂大置畦中以泥塗草椁上然後種子以細土及牛糞蓋令徧苗出頻水澆之又可揷種葉作菜食子根入藥輕身益氣諺云去家千里勿食蘿藦枸杞言其補精氣也 王氏農書

種枸杞取種連莖剉之令四寸許數百束如羨盌大以草爲索慢束之每畦分作四五行如韭畦稀稠行側別掘坑深七八寸令寬於束子挑安糞及土每坑相去三寸坑城

下束子對之種之別調和熟牛糞稀如麵糊注坑中灌束
子上令滿减即添灌之坑〻如此然後以肥土壅之滿訖
土上更加熟牛糞令与坑平然後灌水不久即生大料半
斛許始足食生時甚脆嫩如剪韭法從頭起遒割之令共
地平留半則梗硬剪深則傷根剪時欲早起避晝熱及雨
中惟晴早晨為佳修事如法可供數人○又法但於畦中
種子如種菜法上糞下水當年雖瘦二年以後還肥可愛
勿令長莖苗即不堪食如食不盡卻剪作乾菜以備冬間
常用如此從春及秋甚苗不絕子取其好者種之一作取其肥者種之
若種根莖擇取葉厚大無刺者是真有刺葉小者是白棘

不堪服食○又法取枸杞子先於水盆中以手挼令散訖去水日曝乾先斸地作畦二中去却三寸土匀作五壟々中縛草為稕之閏切似臂長短依畦以泥塗草稕上表裏令通徧以安隴中即以枸杞子布於泥上一面令稀稠得所即以細土蓋一重令徧又以爛牛糞蓋其上令徧又布土一重令与畦平待苗出時以水時々澆溉之若堪喫便剪如韭法食之甚美嫩叓不要煮爛每種用二月初一年只五度剪不可過此數也○枸杞生於甘州西南都谷中及甘州山北者尤佳子味乃過於蒲萄至今蘭州西至鄯城縣靈州以北豊州九原並多有之其根莖尤大咸陽醴泉

者不如也凡取根以高處即根不深故生古墻者則根大原州有秦長城之腹内及額基之上者甚洪大大者有一尺以上其子茸美於茸州者取根爲煎倍勝他處所服者俗相傳云枸杞洞黄泉爲狗形根隸爲煎明達之士言尚有精靈多化爲小児又恒州石邑縣有漢時常山郡有老者黄昏之後或聞犬聲盖其精也此物所在有之其根小於出處居家必用

枸杞爾雅云枸杞檵一名地骨按本草圖經謂其实形長而枝無刺者枸杞也圓而有刺者拘棘也拘棘不堪入藥而衍義又云凡杞杞未有無刺者雖至有成架然亦有棘但

此物小而多刺大則少刺耳今歷观諸處所產枸杞未有無刺者衍義之言似為可接八閩通志

枸杞其葉為菜其实為地仙子其根為地骨皮諺云去家千里莫若食摩蘿枸杞言其補益精氣強盛陰道摩蘿未詳漳州府志

圖經曰枸杞生常山平澤及丘陵阪岸今處、有之春生苗葉如石榴葉而軟薄堪食俗呼為甜菜其莖幹高三五尺作叢六月七月生小紅紫花隨使結、实形微長如棗核其根名地骨春夏採葉秋採莖实冬採根謹按爾雅云枸杞檵郭璞云今枸杞也詩小雅四牡云集于苞杞陸璣疏

云一名苦杞一名地骨春生作羮茹微苦其茎似莓子秋熟正赤茎葉子及服之軽身益氣淮南枕中記著西河女子服枸杞法正月上寅採根二月上卯治服之三月上辰採茎四月上巳治服之五月上午採葉六月上未治服之七月上申採花八月上酉治服之九月上戌採子十月上亥治服之十一月上子採根十二月上丑治服又有并花实根茎葉作煎及单榮子汁煎膏服之其功並等今人相傳謂枸杞與枸棘二種相類其实形長而枝無刺者真枸杞也圓而有刺者枸杞棘也枸棘不堪入藥而下品溲（音搜）疏條注李當之云子似枸杞冬月熟色赤味甘苦蘇恭云

形似空疏木高大許白皮其子七月八月熟似枸杞子味
苦而兩〻相並今注云雖相似然溲疏有刺杞枸無刺以
此為別是一物相似而二物又有刺溲疏亦有巨骨之名
如枸杞謂之地骨當亦相類用之宜細辨耳或云溲疏以
高大為別是不然也今枸杞極有高大者其入藥乃神良
世傳蓬萊縣南丘村多枸杞高者一二丈其根蟠結甚固
故其鄉人多壽考亦飲食其水土之品使然耳潤州〻寺
大井旁生枸杞亦歲久故上目為井枸杞井云飲其水甚
益人溲疏生熊耳山谷及田野丘墟地四月採古今方書
鮮見用者當蓋難別耳又按枸杞一名仙人杖而陳藏器

拾遺別有兩種仙人杖一種是枯死竹竿之色黑者一種是菜類并此為三物而同一名也陳子昂觀玉篇云余從補闕喬公北征夏四月次于張掖河州草木無他異惟有仙人杖往往叢生予昔嘗餌之此後也息意滋味成人有薦嘉蔬者此物存焉因為喬公唱言其功時東萊王仲烈亦同旅聞之喜而甘心食之旬有五日行人有自謂知藥者謂喬公曰此白棘也仲烈遂凝曰吾亦怪其味甘喬公信是言乃譏予予因作觀玉篇按此仙人杖作菜茹者葉似苦苣白棘不類何因相似而致疑如此或曰喬公所謂白棘當是枸杞棘棘是枸杞之有針者而本經無白棘之

別名又其味苦仙人杖味甘設疑為拘棘〻亦非其物乃知草木之類多而難識使人惑疑似之言以真為偽失青黄甘苦之別而至於是宜乎子昂論著之詳也證類本草

枸杞陝西極邊生者高丈餘大可作柱葉長數寸無刺根皮如厚朴甘美異於他處者千金翼云甘州者為真葉厚大者是大体出河西諸郡其次江池間埂上者実圓如櫻桃全少核暴乾如餅極膏潤有味夢溪筆談

衍義曰枸杞當用梗皮地骨當用根皮枸杞子當用其紅実是一物有三用其皮寒根大寒子微寒亦三等此正是孟子所謂性由杞柳子杞後人徒労分別又為子枸杞棘

茲強名生耳凡杞未有無棘者雖大至有成架然亦有棘但此物小多刺大則少刺還如酸棗及棘其実皆一也今人多用其子直為補腎藥是曾未考究經意當更量其虛実冷熱用之

枸杞頭村人採為甜菜頭春夏採嫩頭熟食秋採実枸杞子冬採根即地骨皮 野菜譜

宣和盛時所在有灵芝朱草祥異之獻会朝廷進築順州城得枸杞于土中其形如獒狀仙家所謂千載所化者主者得之喜甚馳貢闕庭蓋徽宗生於壬戌正符所屬之辰尤以為美祥等臣欲拜表称賀諸公閣筆有旧太宰生蔡

宗礼者素善此言致東閣授以此題碁從容屬聯妙絶一時首曰靈根夜犬吠異質於千年驊騎朝馳薦聖人之萬歲眷荒裔況欝之久實王師恢復之初物豈無知時如有待 浩然齋意抄

枸杞子可以榨油點灯观書能益目力 浩然齋意抄

枸杞尔雅云枸杞檵又名地骨莖幹高起作叢葉如石榴实如枣核又類枸棘但無刺耳 毘陵志

枸杞秋宜採葉冬宜採莖 实枸杞當用梗皮地骨當用根皮枸杞子當用紅实者味苦性寒無毒取葉和肉作羮食之尤佳白色無刺者良主五内邪氣熱中消渴風湿下胸

脇氣除客熱補益陽事堅筋骨散癰腫渇疾煮代茶飲之搗葉汁注目中去風痒煮汁可消熱麵毒根為末煎湯漱口止齒血與治上膈吐血為妙日用本草

枸杞春生苗葉如石榴葉而軟薄堪食莖三五尺作叢根名地骨卲武府志

枸杞其莖其實其根皆入藥用其葉可為菜茹掘取根而畦種之澆水加糞如種他菜法俟其苗葉盛時採取之用湯淪過薄洒以塩曝之半乾即納甕中封盖如法每食取以添羹於人最為有益而勝他菜興化府志

枸杞曰杞根曰地骨曰枸忌地輔曰羊乳曰却暑曰仙人

杖曰西王母曰枸檵曰苦杞曰托盧曰天精曰却老曰地
先出爾雅云杞枸檵世言有兩種無刺者曰枸杞有刺者
曰枸棘又云蓬萊南丘村者高一二丈其根盤結甚固其
村之人多壽考南地生者名枸棘有刺延蔓如草菜沁括
云陝西極邊生者高丈餘大可作柱葉長數寸無刺根皮
似厚朴其美異他處大体出河西諸郡其次江淮間埂上
者實如櫻桃曝乾為餅膏潤有味（草木畧）
枸杞郊甸旅生處處有之又名仙人杖欲老精青子其根
曰地骨皮陸魯望青囊雜菊苗食之所為作賦者也（松江府志）
爾雅曰枸杞檵註今枸杞也疏杞一名枸檵詩也小雅四

壯雲集于枸杞陸機疏云一名苦杞一名地骨春生作羹茹微苦其莖似莓子秋熟正赤莖葉及子服之輕身益氣耳

毛詩鄭風將仲子兮無折我樹杞木名也疏正義曰壯傳云枸杞檵也直云木名則与彼別也陸機疏云杞柳屬也生水旁樹如柳葉麤而白色理微赤故今人以為車轂今共北淇水旁魯國泰山汶水邊純杞也

士旬按本草枸杞亦入木部毛傳云杞木名也疏引陸機以為杞柳屬也未知的有杞木否也容与博識詳之

防風

十月種防風似青蒿而矮根与蜀葵相類種如菜法子種之更佳五月開細白花〻心攢聚似蒔蘿子如胡荽苗可作菜食爽口除風疾神隱

山花菜生岩石間紅瑩可愛味辛爽或云即防風苗鎮江府志

圖經云防風生沙苑川澤及邯鄲上蔡今京東淮浙州郡皆有之根土黄色與蜀葵相類莖葉俱青綠色莖深而葉深而葉淡似青蒿而短小初時嫩紫作菜茹極爽口五月開細白花中心攢聚作大房似蒔蘿花實似胡荽而大二月十月採根暴乾關中生者三月六月採然輕虛不及齊

州者良又有石防風出河中府根如蒿根而黃葉青花白五月開花六月採根暴乾亦療頭風眩痛又宋亳間及江東出一種防風其苗初春便生嫩時紅紫色彼人以作菜茹味甚佳然云動風氣本經云葉主中風熱汗出與此相反恐別是一種耳

山花或云防風苗莖纖弱而長味甚甘脆与竹姑並產產宜興惠茂吉常有賦 毘陵志

防風一名茴草一名百蜚根黃色莖葉俱青綠色莖深而葉淡類青蒿差短小耳 同上

防風曰銅芸曰茴草曰百枝曰屏風曰蕳根曰百蜚葉如

青蒿嫩苗可茹

草木畧

## 苜蓿

種苜蓿地宜良熟七月種之畦種水澆一如韭法亦一剪一上糞鐵杷耧土令起然後下水旱種者重耧耩地使壠深闊竅瓠下子批契曳之每至正月燒去枯葉地液輒耕壠以鐵齒鎒耧之更以魯研斸其科土則滋茂不尒瘦矣一年三刈其苗留子者可一刈則上春初亦中生噉（別本作既中）為羮甚香美偏宜飼馬ゝ尤嗜之此物長生種者一勞永逸都邑負郭所宜種之

苜蓿味苦平無毒主安中利人可久食陶隱居云長安中

乃有苜蓿園北人甚重此江南人不甚食之以無味故也
外國復別有苜蓿草以療目非此類也唐本注云苜蓿莖
葉平根寒主熱病煩滿目黃赤小便黃酒疸擣取汁服一
升令人吐利即愈臣禹錫等謹按孟詵云患疸黃人取根
生擣絞汁服之良又利五藏輕身洗去脾胃間邪氣諸惡
熱毒少食好多食當冷氣人筋中即瘦人亦能輕身健人
更無諸益日華子云凉去京去腹藏邪氣脾胃間熱氣通

小腸

衍義曰苜蓿唐李白詩云天馬常嗺苜蓿花是此陝西甚
多飼牛馬嫩時人兼食之微甘淡不可多食利大小腸有

蓿根刈訖又生○苜蓿出大碗馬嗜食之漢武帝得大宛
善馬命移種之苑中久而滿近如矣本草謂葉似决明而
細嫩時可為菜蒲薛奕聯令之唐時為庚子賦詩云紅日
上團〻照見生先盤〻中何所有苜蓿長闌干盂自言其
清淡也蕭中無此 宣化府志
苜蓿漢書西域傳曰罽賓有苜蓿大宛馬武帝得其馬漢
使採苜蓿種歸天子益種離宮別館旁陸機与弟書張騫
使外國十八年得苜蓿歸西京雜記曰樂遊苑自生玫瑰
樹下多苜蓿〻〻一名懷風時人亦謂光風〻〻在其間常蕭
然自照其花有光採故名苜蓿懷風茂陵人謂之連枝草

地宜兩熟七月種之畦種水澆一如韭法注亦一剪一上糞鐵杷耧土令起然後下水旱種者種樓耩地使壟深闊竅瓠下子批契曳之每至正月燒去枯葉地液輒耕壟以鐵齒鋤楱之更以魯斫斸其科土則滋茂矣不爾瘦矣一年則三刈留子者一刈則止春初既中生噉為羹甚香長宜飼馬馬尤嗜此物長生種者一勞永逸都邑負郭所宜種之崔寔曰七月八月可種苜蓿齊民要術

苜蓿山東以上皆有之長三五尺五月開紫花人以此喂騾馬允升

## 蕨菜 薇菜附

蕨葉似老蕨根如紫草按蕨味甘寒滑去暴熱利水道令人睡弱陽小兒食之脚弱不行生山間人作茹食之四皓食之而壽夷齊食蕨而夭固非良物搜神記曰郗鑒鎮丹徒二月出獵有甲士折一枝食之覺心中淡淡成疾後吐小蛇懸屋前漸乾成蕨遂明此物不可生食之也

蕨味甘寒滑去暴熱水利道令人睡弱陽小兒食之脚弱不能行又云寒補五臟不足氣壅經絡筋骨間毒氣令人消陽事令眼暗鼻中塞髮落非良物也又冷氣人食之多腹脹搜神記曰郗鑒鎮丹徒二月出獵有甲士折一枝食

之覺心中淡〻成疾後吐出一小蛇懸屋前漸乾成蕨遂明此物不可生食也令人遇荒年多取其根搗洗作粉代粮度活終蕨蘜不養人一種名蕨亦蕨類食物本草

蕨菜生山谷間人作茹食之味甘寒滑有毒久食令人脚弱不能行眼暗鼻塞髮落冷氣人食之多腹脹主補五臟不足氣及壅經絡筋骨間毒去暴熱利水道消陽事搜神記曰郗鑒鎮丹徒二月出獵有甲士折一枝食之覺心中淡〻成疾吐一小蛇懸屋前漸乾成蕨遂明此物不可生食之蕨粉根搗洗澄清逕成粉可以充飢性冷不可久食

蕨爾雅曰蕨鼈初生無葉食生山谷間越地最多山陰志

薇味甘寒無毒久不飢調中利大小腸生水傍葉似萍爾雅曰薇　也三秦記曰夷齊食之三年顏色不異武王之不食而死廣志曰薇葉似萍可食利人也本草

蕨爾雅云蕨鼈草木疏周秦曰蕨齊魯曰鼈以其初生似鼈脚唐人詩云蕨芽以作小兒拳東坡云慙愧春山筍蕨餌盖多取以配筍爲毘陵志

蕨菜葉初長如拳可食根可粉甘滑而性冷廣昌縣尤多建昌府志

蕨根舂以爲粉謂之山粉溫州志

薇垂水言生於水邊而召南之詩陟南山以采之故陸機云山菜也莖葉皆似小豆蔓其味亦如小豆藿可作羹亦可生食今官園種之以供宗廟祭祀尒雅翼

爾雅曰薇垂水好生水邊故曰垂水似藿菜之微者也故礼篚豕以薇記曰鉶芼牛藿羊苦豕薇是也詩曰采薇〻〻又曰山有蕨薇埤雅

猿啼之地蕨乃多有每啼一声遂萬茎瑣碎録

蕨其滑而性冷蓄之可茹九江府志

蕨菜出曲阜三月初生無菜時居人採之為蔬即毛詩傳所謂虌也山東通志

爾雅曰蕨鼈初生無葉可食狀如大雀拳足又如其足之蹷也故謂之蕨周秦曰蕨齊魯曰虌俗云初生亦類鼈脚故曰虌也詩曰陟彼南山言採其蕨陟彼南山言采其薇〻所以祭也盖大夫妻之祭於其將嫁則以蘋藻於其既嫁則以蕨薇神享德於信不〻求備焉草木疏云漢時官園種薇以供宗廟祭祀然則祭用蕨薇先王之礼旧矣

埤雅

尓雅云蕨鼈也初生可茹其根可以為粉 八閩

蕨生而生兒拳紫色而肥郭氏曰江西謂之鼈草木疏曰周秦曰蕨齊魯曰鼈俗云其初生似鼈脚因以名焉召南

陟彼南山先蕨而後薇蕨薇盖賤者所食今野人今歲焚山則來歲蕨菜繁生其旧生蕨之処蕨葉老硬敷披人誌之謂蕨基今道路負荷者皆不肯食云令人脚弱盖見其形似拘孪或其性自當尔未可知也 尔雅翼

蕨尔雅蕨虌疏云江西謂之虌今按蕨芽為虌可為茹其根未抽葉時可治為粉本草謂味甘寒滑去暴熱利水道又云令人睡弱陽小兒食之脚弱不行時蕨為物有利有害食者不可不慎 興化府志

蕨粉郡民於七八月間多取其根搗爛用水濾過澄之經宿成粉可作糕食度飢歲亦有販賣他郡者 同上

薇生水傍葉如萍尒雅云薇垂水三秦記夷齊食之三年武王戒之乃食而死然詩云采薇者櫻芽也 草木畧

蕨一名虌蕣芽也四皓食之而壽夷齊食之而夭搜神記郗鑒鎮丹徒二月出獵有甲士折一枝食之覺心中淡〻成疾後吐一小蛇垂之屋前漸乾成蕨明此物不可生食尒雅云蕨虌又有一種大蕨亦可謂食之綦蕨尒雅曰綦月爾 草木畧

蕨菜江西謂之虌與尒雅合廣雅云紫綦非也出余辟山間 松江府志

貝茂山亦產蕨菜藥者云其根即黑狗脊也按本草圖經

黑狗脊有一種乃蕨也而其下不云是蕨蓋苗已老修書遺其說耳其茨人雖採蕨為蔬茹然不知其名呼但為小兒拳予游龍福寺見於道傍自此歲遣人採烏山下人知其為蕨稍有珍之者曲洧旧聞尔雅曰薇垂水注生於水邊疏草生於水濵而枝葉垂於水者曰薇註故云生於水邊也

爾雅曰蕨虌註廣雅云紫綦非也初生無葉可食江西謂之虌疏可食之菜也舍人曰蕨一名虌詩召南云言采其蕨陸璣疏云蕨山菜也初生似蒜莖紫黒色可食如葵是也

爾雅云蕨虌郭璞注云初生無葉可食廣雅曰紫綦非也

詩義疏曰蕨山菜也初生似蒜莖紫黑色二月中高八九寸老有葉瀹為茹滑美如葵今隴西天水人及此時而乾收秋冬嘗之又云以進御三月中其端散為三枝有數葉葉似青蒿長堅強不可食周秦曰蕨齊魯曰虌

莫

河汾之間謂之莫莖大如著赤節節葉厚而長似柳有毛刺味酢始生可以為羹今人蠶繅以取繭緒其子如楮實而紅粟人謂之乾絳蓋以此也今吳越之俗呼為茂子詩曰言采其莫 埤雅

毛詩謂彼汾沮洳言采其莫傳莫菜也疏正義曰莫菜者陸機疏云莫莖大如箸赤節節一葉似柳葉厚而長有毛刺今人繅以取繭緒其味酢而滑始生可以為羹又可生食五方通謂之酸迷冀州人謂之乾絳河汾之間謂之莫 詩經註疏

爾雅曰藄月爾註即紫藄似蕨可食蹶藄一名月爾可食之菜也○詩曰藄菜也葉狹長二尺食之微苦即今英菜也詩曰彼汾沮洳言采其英英一作莫

齊民要術

葍

詩言采其蓄毛云惡菜也義疏曰河東関內謂之蓄幽兗謂之燕蓄一名爵弁一名蔓根正白着熱灰中温啖之飢荒可蒸以禦飢漢祭甘泉或用之其華有兩種一種莖葉細而香一種莖赤有臭氣風土記曰蓄蔓生被樹而升紫黄色子大如牛角形如蟦二三同葉長七八寸味甜如蜜其大者名抹夏統別傳詩註獲蓄也一名甘獲正圓亦粗似橘 齊民要術

薺菜

高力士謫醴州於園中見薺菜土人不解喫便賦詩曰兩京秤斤買五溪無人採夷夏雖有殊氣味應不改使拾之

為美甚美 高力士別傳

俗謂薺為東風菜方言訛而為公爺菜謂可以奉公爺也

東坡與徐十三書云今日食薺甚美天然之珍雖不甘於五味而有味外之美其法取薺一二升許淨擇入淘了米三合冷水三升生姜不去皮捶兩指大同入釜中澆生油一蜆殼當於羹而上不得觸觸則生油氣不可食不得入鹽醋君若知此味則陸海八珍皆可厭也天生此物以為幽人山居之祿輒以奉傳不可忽也羹以物覆則易熟而羹極爛乃佳也本草薺和肝氣明目凡人夜則血歸於肝為宿血之臟過三更不睡則朝旦而佳臥聽雞鳴粥熟

則蓬頭曳屨君家去又寒具詩纖手握來玉數尋碧油煎
出嫩黃深夜來春睡無輕重壓褊佳人纏臂金寒具乃捻
頭也出刘禹錫佳話過予忽出新意以山芋作玉糝羹色
香味皆奇絕天酥陀則不可知人間決無此味也詩云香
似龍涎仍釅白味如牛乳更全清莫將北海金虀鱠輕比
東坡玉糝羹誠薺菜詩亦云雲子香抄玉色鮮菜羹新煮
翠茸纖人間膾炙無此味天上酥陀恐尔甜水雲錄
薺菜味甘氣濕無毒主利肝氣和中其實名菥蓂子主明
目〻暴赤痛去障瞖根汁點目中亦效燒灰治赤白痢食
物本草

薺菜不可與麪同食令人背悶服丹石人不可食味甘溫無毒發瘡疥動氣主利肝氣和中補五臟氣不足實主明目、痛 日用本草

薺菜所在有之古謂之甘菜 顧清松江府志

爾雅註薺味甘人取作菹及羹甚美東坡有食薺法且曰天生此物為幽人山居之祿也師曠占曰年將豐甘草先生甘草謂薺也 八閩通志

薺之為菜至甘故稱其甘如薺亦應陰之物淮南以為金勝木禾木也春木王而生秋金王而死水勝火菽火也夏火王而生冬、水王而死火勝金麥金也秋金王而生夏火

王而死土勝水薺水也冬水王而生仲夏土王而死又其枝葉細靡通謂之靡月令孟夏之月靡草死麥秋至郭氏稱旧說云靡草薺亭藶之屬薺既亭藶其死同時其生亦早而所王不同盖師曠之占以薺爲甘草亭藶爲苦草水藻爲悪草疾藜爲旱草艾爲病草歲將豐或若悪旱疫則輙有一草…應而先生之惟土以稼穡作甘而薺又草之甘者故以爲歲豐之候（爾雅翼）

薺苨本草圖経云根莖都似人參而葉小異根似桔梗但無心潤州尤多人家收以爲果菜或作脯啖味甘美（鎮江府志）

薺味甘溫無毒主利肝氣和中其實主明目〻痛陶隱居云薺類又多此是今人可食者葉作菹羮亦佳詩云誰謂荼苦其甘如薺是也陳士良云實亦呼菥蓂子主壅去風毒邪氣明目去障翳解熱毒久食視物鮮明四月八日收實良其花將去席下辟蟲

薺菜莆人未嘗種之遇陰濕地多生 興化府志

薺之菜甚小自生園圃其實曰蒫爾雅云蒫薺實詩云其甘如薺謂此菜之美也或以薺爲薺苨 草木畧

爾雅蒫才何切薺實註薺子味甘疏本草薺味甘人取其葉作菹及羮亦佳詩谷風誰謂荼苦其甘如薺其子別名蒫

爾雅曰薪萁大薺也揵爲舍人注曰薺有小故言大薺郭璞注曰似薺葉小俗呼老薺 齊民要術

薺苨

圖經曰薺苨舊不載所出州土今川蜀江浙皆有之春生苗莖都似人參而葉小異根似桔梗但無心爲異潤州尤多人家收以爲果菜或作脯噉味甘美二月八月採根暴乾古方觧五石毒多生服薺苨汁良又小品方療蠱取薺苨根擣末以飲服方寸匕立差

薺苨爾雅云苨苨茎似人參而葉小異根又類桔梗但無心耳 毘陵志

薺苨之根能乱人參而鮮藥毒以其与毒藥供處而毒皆自然歇 草木畧

爾雅曰苨 音禰 菧苨註薺苨㽞薺一名菧苨本草薺苨陶注云根莖都似人參而葉小異根味甜又别本注云根似桔梗以無心為異者是也

東風菜

東風菜味甘寒無毒主風毒壅熱頭疼目眩肝熱眼赤亦甚入羹臛煮食甚美生嶺南平澤莖高三二尺葉似杏葉而長極厚軟上有細毛先春而生故有東風之號

東風菜味甘寒無毒主風毒壅熱頭痛目眩肝熱眼赤入羹臛煮食甚美此菜生平澤莖高二三尺葉似杏葉而長極厚軟上有細毛先春而生故有東風之號食物本草

斷續藤山行渴則斷取汁而飲之又名東風菜新興縣出一統志肇慶

燕泉云柳之桂陽產風兼充茹飲能愈秋頭風菜亦可浸

酒性微熱前人志記不載萬石湖集壺茶出修江治頭風々葉豈壺茶之謂耶慎按左思吳都賦云東風扶留注東風草名玉篇作菄風即此也椒桂在三國屬吳爲此物與疑又按齊民要術引廣州記云東風花葉似苔莖紫宜肥肉作羹味如酪香氣如馬蘭則廣州亦有之册鉛續録

按齊民要術苔作落々字下又有娘婦二字

## 羅勒

羅勒味辛温微毒調中消食去惡氣消水氣宜生食又療齒根爛瘡為灰用甚良不可過多食壅關節澀榮衛令血脉不行又動風發脚氣患啘取汁服半合定冬月用乾者煑子之主目翳及物入目三五顆致目中少頃當濕脹與物俱出又瘡風赤眵淚根主小兒黄爛瘡燒灰傅之佳北人呼為蘭香為石勒諱也此又三種一種甚作生菜一種葉大二十步内聞香一種似紫蘇葉

陶隱居術家取羊角馬蹄燒灰撒於濕地遍踏之即生羅勒俗呼為西王母菜食之益人

羅勒菜味辛温微毒調中消食去惡氣消水氣宜生食多食壅關節澁榮衛令血脉不行動風發脚氣療齒根爛瘡爲灰用甚良子主目翳風赤眵淚根主小兒黃爛瘡灰傅之北人呼為蘭香是也食物本草

羅勒俗呼西王母菜北人呼蘭香為石勒諱也草木畧

蘭香者羅勒也中國為石勒諱故改今人因以名為且蘭香之目美於羅勒之名故即而用之韋弘賦叙曰羅勒者崑崙之丘出西蠻之俗案今世大葉而肥者明朝蘭者香也三月中候棗葉始生乃種蘭香早種者徒費子耳天寒不生治畦下水一同葵法及水散子訖水盡簁熟糞僅得

盖子便止厚則不生蒻苗故也晝日箔盖夜即去之晝日不用見日夜須受露氣生即去箔常令足水六月連雨拔栽之掐心著泥中亦活作葅及乾者九月収晚即乾惡作乾者大晴時薄地刈取布地曝之乾乃挼取末甕中盛須則取用挼頭懸者裛爛又有雀糞塵土之患取子者十月収自餘雜者香菜不列者種法悉與此同博物志曰燒馬蹄羊角成灰春散著濕地羅勒乃生 齊民要術

游名山志云步廊山有一封如椒而氣是羅勒土人謂為山羅勒也 同上

齊民要術云蘭香羅勒也 或謂避石勒名故改今名 三月中候早棗生

乃種蘭香（早種者天寒不生徒費子耳）治畦下水一同葵法及水散子訖水盡蓰熟糞僅得蓋子便止（厚則不生弱苗故也）晝日箔蓋夜即去之（晝日不用見日夜須受露氣）生即去箔常令足水六月連雨拔栽之（掐心栽泥中亦甚）作菹及乾者九月收作乾者天時薄晴地刈取布地暴之乾乃挼取末甕中盛（枝根懸者浥爛又有日暴及塵土之患）取子者十月取悖物志燒馬蹄羊角成灰春散着濕地羅勒乃生

王氏農書

蘭香有香似蘭（出漳州八閩通志）

浮藤烏藤附

浮藤菜廣人種之成畦與菜同賣甫地多野生者柔圓而厚藤相糾纏子紫黑色取菜作羮甚滑俗呼蟳菜謂煑蟳其味相宜也 興化府志

藤菜宋蘇軾詩豐湖有藤菜可以敵蓴羮 一統志惠州

豐湖有膴脂藤生滑美大類蓴故坡詩有豐湖有蓴菜可以敵蓴羮 霏雪錄

烏藤菜稍似當歸根色黑出延平 八閩通志

藤菖蓮宋莆陽志作浮藤菜此菜不見他書蓋各隨土俗呼之未詳其的何名也 邵武府志

## 茾藍

茾藍平補骨髓利五臟六腑利關節通經絡中結氣明耳目健人少睡益心力壯筋骨此者是西土藍闊葉可食治黃毒者作菹經宿漬色黃和塩食之去心下結伏氣壷居士隴西多種食之漢地少有多食人少睡

茾藍平補骨髓利臟腑并關節通經絡中結氣明耳目健人少睡益心力壯筋骨治黃毒煑作菹食去心結伏氣食

## 苦耽

苦耽苗子味苦寒小毒主傳尸伏連鬼氣疰忤邪氣腹內熱結目黃不下食大小便澀骨熱欬嗽多睡勞乏嘔逆痰壅痃癖滿小兒無辜癧子寒熱大腹殺虫落胎去蠱毒並煑汁服亦生擣絞汁服亦研傅小兒閃癖生故墟垣塹高二三尺子作如撮口袋中有子如珠熟則赤色人有骨蒸多服之閑中人謂之洛神珠一名王母珠一名皮弁草又有一種小者名苦蘵

## 翹搖

翹搖味辛平無毒主破血止血生肌亦充生菜食之又主五種黃病絞汁服之生平澤紫花蔓生如勞豆詩義疏云苕繞幽州人謂之翹饒爾雅云柱夫搖車也

翹搖菜味辛平無毒主破血止血生飢充生菜食之又主五種黃病煮熟甚益人和五臟明耳目去熱風令人輕健長令不厭　此菜生平澤紫花蔓生如勞豆是也　食物本草

爾雅註夫摇車註蔓生細葉紫華可食今俗呼曰翹摇車
疏柱夫可食之草也一名摇車俗呼翹摇車蔓生紫華華
翹起摇動因名云
廣志云苕草色青黄紫華十二月稻下種之蔓延殷盛可
以美田葉可食陳詩曰卭有旨苕詩義疏云苕饒也幽州
謂之翹饒蔓生莖如營蛪豆而細葉似蒺藜而青其莖葉
緑色可生噉味如小豆藿 齊民要術 後彼出翹摇一條則翹饒誤

蕺

蕺廣雅云蒩也文選註蒩草名亦名土茄覆地而生根可食人飢則以代粮張平南都賦蓼蕺蘘荷注蕺香菜根周処風土記蕺似茆根蜀人謂之香菹蕊与蕺同吳越春秋有蕺山越王常採蕺於此庚肩吾書品云蕺山之扇竟未增錢即王羲之為市嫗題扇処也蕺側及反諸韻書亦不載獨見文選註耳丹鉛續録

蕺味辛微溫主蠷螋溺瘡多食令人氣喘陶隱居云俗傳言食蕺不利人脚恐由閉氣故也今小兒食之便覺脚痛唐本注云此物葉似蕎麥肥地亦能蔓生莖紫赤色多生

濕地山谷陰処山南江佐人好生食之關中謂之葅菜臣禹錫等謹按蜀本圖經云莖葉俱紫赤莢有臭氣孟詵云蕺菜温小兒食之三歲不行久食之發虛弱損陽氣消精髓不可食日華子云蕺菜有毒淡竹筒内煨傳惡瘡白秃

圖經曰蕺菜味辛微温主蠷螋溺瘡山谷陰処濕地有之作蔓生莖紫赤色葉如蕎麥而肥山南江左人好生食之然不宜多食令人氣喘發虛弱損陽氣消精髓素脚弱病尤忌之一啖令人終身不愈關中謂之葅菜者是也古今方家亦鮮用之荆楊人謂葅爲蕺古今注

戢撚中有戢草葉似蕎麥地肥亦能蔓生莖紫赤色多生山谷陰処吳越春秋云越有戢山越王常採戢於此山故名本草云閩中謂之蕺菜齊民要術亦有戢俎法然生擣之微有臭氣凶年民斸根食之諺曰豐年惡尔臭荒年賴尔救今所謂魚腥草是炉火家謂之天蕎麥能爛五石作泥 浩然齋視听抄

戢菜味辛微温主㷰螋溺瘡多食令人氣喘 食物本草

戢戒珠山所產最多蔓生莖紫赤色吳越春秋云越王嗜戢常採以食之今邑歲凶民斸其根食之諺曰豐年嫌我臭荒年賴我救 山陰縣志

戠曰蘵尒雅云蘵黄蒢葉似酸漿蔓生田野陰濕処閑中曰葅柔以其生可為葅也草木畧

爾雅蘵黄蒢葉似酸漿華小白而中心黄江東以作葅食

疏蘵草一名黄蒢

## 堇

爾雅曰齧苦堇註今堇葵也葉似柳子如米汋食之滑疏齧一名苦堇可食之菜也唐本注云此菜野生非人所種俗謂之堇菜葉似戟花紫色內則云堇荁粉榆是也本草云味甘此云苦者古人語倒猶甘草謂之大苦也

廣志云堇瀹為羹語曰夏荁秋堇滑如粉 齊民要術

堇汁味甘寒無毒主馬毒瘡擣汁洗之并服之堇菜也出小品方禹畢方云除蛇蝎毒及癰腫唐本註云此菜野生非人所種俗謂之堇菜葉似戟花紫色孟詵云堇久食除心煩熱令人身體懈墮又令人多睡只可一兩頓而已

堇菜味甘寒無毒主蛇蝎毒及癰腫此菜野生久食除心煩熱令人身體觧墮一云苦主寒熱功同香茂食物本草

堇曰齧曰苦堇爾雅云齧苦堇今人亦謂之堇菜野出味雖苦而甘黄花者殺人唐武后宴諸食中以毒賀蘭氏暴死者盖此種也草木畧

鷄腸

蘩蔞味酸平無毒主積年惡瘡不愈五月五日日中採乾用之陶隱居義萊人以作羹五月五日採暴乾燒作屑療雜瘡有效亦雜草取之不必止此一種尔唐本注云此草即是鷄腸也但非正經所出而二處說異多生濕地坑渠之側流俗通謂鷄腸雅士總明蘩蔞尔雅物重名者並云一物兩名

圖經云蘩蔞音縷即鷄腸草也舊不著所出州土今南中多生於田野間近京下濕地亦或有之葉似荇菜而小夏秋間生小白黃花其莖便作蔓斷之有絲縷又細而中恐似

雞腸因得此名也本經作兩條而蘇恭以為一物二名謹按爾雅蔜𧄍切蕿蔞𨻰縷同釋曰蔜一名蕿蔞一名蘩蔞一名雞腸草實一物也今南北所生或肥瘠不同又其名多人不盡見者往往疑為二物也又葛氏治卒淋方云用雞腸及蘩蔞若菜並可單煑及如此又似各是一物也其用大概主四故婦人宜食之五月五日採陰乾用含齒方燒灰以揩齒宣露然燒灰減力不若乾作末有益矣范主治淋用蘩蔞滿兩手水煑飲之亦可常飲

蘩蔞味酸氣平無毒主積惡瘡不有愈神效又主破血宜產婦口齒方燒灰石作末揩齒宜露治淋取滿兩手以水

煮服此菜生田野中人取以作羹或生食之或煮食益人即鷄腸草也 食物本草

鷄腸菜白花者是黄花者名蘩蔞味酸苦微寒無毒主毒腫利小便蛷螋尿瘡以生挼汁傅之 日用本草

鷄腸一名蘩蔞葉似荇菜而小其莖作蔓斷之有綠縷細而中虛以其似鷄腸因名 八閩通志

蘩蔞曰蔜爾雅曰蔜蕿蔞生於園圃生細弱田野人食之可作牙藥 草木畧

鷄腸似蓼而小不辛本草以合於蘩蔞共條故蘇恭謂誤即蘩蔞也 同上

爾雅曰蔜蕿蔞註今蘩蔞也或曰雞腸草䟽蔜一名蕿蔞一名蘩蔞一名雞腸草本草云蘩蔞味辛陶注此菜人以作羮唐本注云此即雞腸草也多生下濕坑渠之側人家園亭亦有此草是也

牛蒡子

二月取子畦中種〻時乘雨即生若有水不假雨也地須知加糞糞要肥旱則澆水取苗食如剪韭法但多種取苗及根莖食之皆有益於人其子殼似蓖麻殼有刺尖有倒鉤鼠甚畏之着其体粘住即死一名鼠粘子置於鼠穴可逼鼠神隱

須擇肥良地正月中熟耕三五遍以長刃鍬掘令深鬆摟杷平二月末下子不得稀苗出後有草生則耘八月以後長刃鍬掘其根大可如臂惟宜肥地旱則澆水此物菜中極佳非惟畦中但閑地悉皆種得其根葉皆可食耕地惟

須深熟全肥地稠種為妙若稀種則心虛撚收子即須留少隔年者乃有子也種時不得放苗出○別本云取子地中種之春時盛雨即生若有水即不要候雨也地須如糞灼然肥者旱則澆水剪如上法藥中之美但多種苗及根皆益人○江南種牛蒡收子須經兩年上苗結者子又可種正月間斸地訖以猪糞鋪土上又以肥土并糞壤覆之然後下子密種則易肥云當年結子者種不出居家必用

牛蒡子本草謂之惡實葉如芋而長實似蒲萄核而褐色外殼如栗梂小而多刺鼠過之則綴惹不可脫故人又謂之鼠粘子根可作菜茹八閩通志

鼠粘子生水旁大葉一名牛旁子姑蘇子

圖經曰惡實即牛旁子也生魯山平澤今處處有之葉如芋而長實似蒲萄核而褐色外殼如栗梂小而多刺鼠過之則綴惹不可脫故謂之鼠粘子亦如羊負來之比根有極大者作菜茹尤益人秋後採子入藥用根葉亦可生擣入少塩花以搨腫又冬月採根蒸暴之入藥

衍義曰惡實是子也今謂之牛旁未去萼時又謂之鼠粘子根謂之牛菜踈風壅涎唾多咽膈不利微炒同入荊芥穗各一兩甘草炙半兩同為末食後夜臥湯點二錢服當緩取效子在萼中萼上有細鈎多至百十謂之芒則誤矣

根長一二尺蠡如　指煮爛為菜

牛蒡根子可入藥味辛苦平無毒作脯蒸食之不爾令人吐嫩葉可為茹主傷寒汗出熱風面腫牙疼脚緩弱搗葉傳諸熱腫金杖瘡 日用本草

牛旁三歲一花其根可食本草作牛旁一名惡實葉大如芋結實有房多刺鼠觸之不得脫故又名鼠黏草根有大拇者作菜茹尤益人 興化府志

牛蒡子葉大如蘋結子殼類栗梂小而多刺俗呼鼠粘子 毘陵志

爾雅蒡隱葱註似蘇有毛今東呼為蒡葱蒇以為菹亦可

淪食也䟽蒡蘇麪菜也一名蔥葱淪煑也

羊蹄菜

圖經曰羊蹄禿菜也生陳留川澤今所在有之生下濕地春生苗高三四尺葉狹長頗似高苣而色深莖節間紫赤花青白成穗子三稜有若茺蔚夏中即枯根似牛蒡而堅實今人生採根醋摩塗癬速效亦煎作丸服之甚可以新採羊蹄根不限多少擣研絞取汁一大升白容半斤同熬如稠餳煎更用防風末六兩摂和令可丸大如梧子用栝樓苴草酒下三二十丸日二三次佳謹按詩小雅言采其遂陸機云遂今人謂之羊蹄似蘆菔而莖赤可瀹為茹滑而美也多啖令人下氣幽州謂之遂遂字或作蓄並丑六切

又有一種極相類葉黃味酢名酸摸爾雅所謂須薞音孫

蕪郭璞云蕵蕪似羊蹄葉細味酢可食一名蓨音脩是也

羊蹄草俗呼禿草野禿可治疥癬

衍義曰楊蹄不言根圖經加根字処〻有葉如菜中菠薐

但無岐而色差青白葉厚花與子亦相似葉可亦捺碖石

器根取汁塗疥癬子謂之金蕎麥燒煉者用水以制鉛汞

又剉根研絞汁取三二匙水　半盞煎一二沸温〻空肚

服治產後風秘殊驗

羊蹄詩云蓄本草云鬼目　葉狹而長類萵苣花開成穗俗

呼禿菜蓋蓄訛為禿昆陵志

羊蹄考本草即禿菜也本地有之番禿爲上野禿次之本草謂味苦寒無毒其根可以治疥癬其苗嫩時可食興化府志

羊蹄曰東方宿曰連蟲陸曰牛蘈曰菲詩曰言采其蓫爾雅曰菲蒠菜又曰蕢牛蘈今人呼爲禿菜蓫禿音訛耳草木畧

詩小雅我行其野篇言採其蓫傳蓫惡菜也箋云蓫牛蘈也疏正義曰此釋草無文陸機疏云今人謂之羊蹄定本作牛蘈詩經註疏

爾雅曰蕢牛蘈也註今江東呼草爲牛蘈者高尺餘許方

莖葉長而銳有穗、間有毛、紫縹色可淋以為飲疏䝟
一名牛蘈詩小雅云言采其蓫鄭箋云蓫牛蘈字林云縹
青白色淋以水沃也
羊蹄菜味苦寒無毒根用醋磨塗癬疥速效治癧瘍風剉
根取汁煎服殊驗詩曰言采其蓫即此註云惡菜也食物
本草
羊蹄菜即禿菜也土人呼為野蒠蓬春生苗高三四尺葉
狹長頗似萵苣而色深莖節間紫赤花青白色成穗子三
稜邵武府志
詩云言采其蓫毛云惡菜也詩義疏曰今蹄似蘆菔莖赤

煑為茹滑而不美多噉令人下痢幽陽謂之遂一名蓨尔

食之齊民要術

陽和菜

山友寄陽和菜荅詩曰陽和有佳名来自相桐君廬竹萌且濡弱获芦已豐腴薑醯助芳辛濁醪為先驅豬肝能累人我豈仲叔徒念此風雨中遠為寄佳蔬椷詩荅幽意老饕良足吁張貞居詩集

白花菜　粉菜　地達菜　銀蘋　鹿耳
三手蘋　南柳粉　飽楊　諸根　黎藷
已上出萬州
白薯　紅薯　甜薯　石辣　蕹菜
藤菜　蒲突　羊蹄　箕
已上出廣州 廣州府志
紫菜 以下皆海菜瑕芝附
其生黏帶石上潮浸其散髮髮然潮落復黏於石其嫩者
搓取之而成束長者摘取之則皆解散其色紫其味香海
菜中最為佳品 漳州府志

附石生海上正青取乾之則紫色其纖者味尤珍近海諸邑皆有之而出福精者尤佳八閩通志

紫菜生海岩温州府志

紫菜味甘寒下熱解煩療癭瘤結氣不可多食令人腹痛發氣吐白沫飲少醋即消其中有螺螄損人須揀出凡海菜皆然食物本草

瓔珞有紅白色二種人用以助素飡性味主治本草失載

紫菜二者皆生於海味甘寒無毒凡食時以油接開多食令人腹痛發氣氣發吐白沫飲醋少許即消主下熱解凡煩海中之氣菜皆性毒日用本草

紫菜閩南四美此其一也此菜海氣蒸石而生色紫故以紫菜名其生黏帶石上潮来浸之浮散峯峯然潮退則膠粘于石其嫩者就石上搓取之今貨賣成索者是也其長者則摘取之今貨賣解散者是也凡賣不為偽則色紫味香其或澆米瀋及水以取重者則色香俱減矣其食法用油塩乾炒或用油塩葱酒拌和以生菜葉包裹火煨之或以粉麫或生置炭火上乾炙之其味尤香本草謂凡海菜皆療瘤癭結氣等疾故海旁人無此患 興化府志

鹿角菜又名赤菜

鹿角菜大寒無毒微下熱風氣療小兒骨蒸熱勞丈夫不可久食發痼疾損經絡血氣令人脚冷痺損腰腎少顏色服丹石大食之下石力也出海州登萊折密州並有生海中又能解麪熱

鹿角菜大寒無毒微毒下熱風氣療小兒骨蒸解麪熱不可久食發痼疾損經絡血氣令脚冷痺損腰腎少顏色食物本草

鹿角菜出海中石涯間味甘酸大寒微毒不可久食損經絡角能解麪熱毒主下熱風氣療小兒骨蒸熱勞血氣令

人脚冷痺損腰腎下冊石 日用本草

赤菜亦海氣蒸石而生者其色赤故以赤菜名其莖有岐故又以鹿角名此菜有莖無葉其細如針長可二三寸柔蒻婀娜其品在紫菜之下食法大槩与紫菜同皆不可着醋則爛宋志引海物異名云能解麵毒又梁家與石花菜同用皆晒白之以襟綾絹 興化府志

海物異名記菜海生而紫蔓其大者曰鹿角菜能解麪毒 八閩通志

以色赤故名其莖有岐故又名鹿角菜此菜有莖無葉其長婀娜其品在紫菜之下 漳州府志

鹿角菜出青州登萊亦有之形似鹿角菜色中虛山東通志

石花菜

出日照海中細如柏葉白色山東通志

瓊枝文昌樂會ㄑ同三縣出一名石花菜一統志瓊州府志同

子瞻在黃州夢游人家井間石上生紫藤枝葉如赤箭主人言此石芝也折而食之味如雞蘇而甘起賦八韻紀之元祐八年予與子瞻皆在京師客有至自登州者言海上諸島石向日者多生耳海人謂之食芝食之味如茶久而益耳海上幽人或取服之言甚益人客以一籃遺子瞻遂次前韻欒城集按子由所記類今象山菜

石花生海石上布葉如蜈蚣脚此物性寒六月內成凍或以作生以油醋和食之甚脆其色與赤菜同染家晒白之與赤菜同用興化府志

鷓鴣菜

生海石上散碎色微黑小兒腹中有虫病油抄与食之則虫下遂愈 興化府志

羊栖菜

生海石上長四五寸微黑色食法同虎栖菜 興

虎栖菜

生海石上穗長二三尺許柔如爾蕋微黑色煮熟暴乾藏

之用姜醋抄和而食或用油抄食但頗澀耳興化府志

線菜

生海中沙地上其長如線色微紅爾雅所謂綸以綸東海有之此類是也食法同上興化府志

鵞腸菜

生海石上長四五寸其薄如帶色黄煮食味滑尒雅所謂組細組東海有之此類是也興化府志廣州亦出

苔垢菜

菱菜取盡後就上復生苔衣狀類浮垢故曰苔垢刮取和油醋生食之或作羹甚滑 興化府志

礪菜

此菜生海邊沙地上長寸許成簇色緑爬取洗淨煮食之有礪味用姜醋及油作生食亦可 興化府志

苔菜

有乾有濕隨人調製皆可食 漳州府志

苔菜生海島最能去毒 温州府志

綠色如乱絲狀生海石上可食 八閩通志

此海苔也生於新安里前流者佳極了諸港次之有乾苔俗呼苔蔥用油鹽炒食之與豕肉相宜有濕苔用醋食之極浮滑蒲人以此充菜茹但有疥者食則發癢 興化府志

柚戳

生海邊泥泊上叢蒼蒨如黛歲飢和米煮粥可食 漳州府志

生海邊泥泊上叢蔥蒨如黛其曰神黛者蓋異之也歲歉近海人和米煮粥充飢平時以飼猪、鼓臓 興化府志

道士裾

道士裾出海島 四明郡志

藍菜

藍菜生岩上味甜可食出福寧又有石辣菜春不老 八閩通志

匾菜

細如水荇帶匾如韮非其長一二尺桂海虞衡志

石髮

出海上纖長柔滑如絲縷同上

龍鬚菜

出萊州繁生海中石上莖如繢長僅尺許色始青居人取之沃於水乃白又名縉菜人頗珍之山東通志

牛毛菜

出東海石上形類牛毛故名山東通志

馬蘭菜以下皆水旁菜

馬蘭亦生得化湖澤中香美可茹亦可乾用九江府志

馬蘭菜味辛平無毒主破宿血養新血合金瘡主血痢吐血衂血日用本草

馬蘭味辛溫生水澤採為菜茹根治嘔血擣汁飲之立止

食物本草

馬蘭廣雅云葉雖葉微似波稜 毘陵志

蕁菜

蕁菜味辛生山谷泉石間根葉皆可食根尤佳 食物本草

蕁菜生泉石間味極辣朱晦菴和劉屏山食蕁詩云小草有辣性托根寒澗幽恢夫一嘬感嘖不能休 八閩通志

舊志云蕁音罕 其味辛辣亦曰羅漢菜本地不產閩仙游縣及故吳化縣有之 吳化府志

羅漢菜西山出葉如豆苗因靈觀尊者自西山持至故名又云蘄州三角山出舊傳有異僧種之而去若雜以葷物即無味一統志

蓴菜生山谷泉石間味辛根葉皆可食而根尤佳卲武府志

睡菜

睡菜五六月生田塘中葉類茨菰根如藕梢土人採根為鹽菹或云食之好睡郭子横云五味草食之不使人睡然

名却睡草 北户録

綽菜夏生於池沼間葉類茨菰根如藕條南海人食之云令人思睡呼爲瞑菜 南方草木状

## 高河菜

高河菜點蒼山高河泉出莖紅葉青味甚辛辣五六月採之若高声則雲霧驟起風雨卒至盖高河乃龍湫也 一統志大理

馬芹子

馬芹子味甘辛溫無毒主心腹腸滿下氣消食調味用之香似橘皮而苦味唐本注云生水澤傍苗似鬼鍼菾菜等花青白色子黄黑色似防風之唐本先附日華子等謹按蜀本圖經云花若芹花子如防風而扁大尔雅云尔雅云𦺇牛蘄釋曰似芹可食菜也而葉似銳一名茭一名牛蘄一名馬蘄子入藥用

茄

茄二月治畦与冬瓜同種則漫撒長寸許三月移栽〻宜稀澆用糞宜頻澆之 便民圖纂

牛妳茄最早圓茄比牛妳為大而結子頗後

種茄子初見根処擘開掐硫黃一皂莢核大以泥培之結子倍多其大如盞味甘而益人

茄子開花時取葉布過路以灰圍之結子加倍謂之嫁茄 瑣碎録下同

茄子九月熟時摘取擘破水淘子取沉者曝乾裹置二月畦種〇茄子一名落蘇隋煬帝改茄子為崑崙瓜一種出

自暹羅國者其色微紫蒂長味甘今芝之紫茄黄山谷所謂紫膨脝者是也今在〻有之又有青茄白茄白者為勝亦名銀茄有一種白者謂之渤海茄又有一種白花青色稍匾一種白而匾者皆謂之番茄甘脆不澁生熟可食又一種水茄其形稍長甘而多水可以止渴此数種中土頗多南方罕得亦宜種之九収種於九月黄熟時摘取擘開水淘浇去浮者曝乾至正二月種如葵法常浇潤之旱即乾死俟着四五葉高可五寸許帶土移栽之九栽根株宜深实不实則死區中不宜有浮土恐雨泥汚葉則萎而难茂栽時得晴為宜早晚浇灌之鋤治培壅勤者務為務本新

書云茄開花斟酌窠數削去枝葉再長晚茄老圃云種茄二十窠畚鍤得所可供一人食昔張浮林頌之云身纍百贅頸附千疣抹之不動茹之頗柔善於形容者也茄視他菜為最耐久供饍之餘糟豉臘無不宜者須廣種之王氏農書

茄樹交廣草木經冬不衰故蔬圃之中種茄宿根有三五年者漸長枝幹乃成大樹每夏秋盛熟則梯樹採之五年後樹老子稀即伐去之別栽嫩者南方草木狀

宿根茄茄木冬凋明年重結實桂海虞衡志

茄一名落蘇紫茄黃茄白茄青水茄八閩通志

大茄樹高丈余經三四年不痒子大如西瓜重十餘斤以梯摘之出蘇門答剌國　一統志

茄子味甘寒久冷人不可多食損人動氣發瘡及痼疾一名落蘇處處有之根及枯莖亦主凍脚瘡可煮作湯漬之良苦茄小有刺其子以醋摩療癰腫根亦作浴湯生嶺南

圖經曰茄子舊不著所出州土云処處有之今亦然段成式云茄者連莖子名字當草過反今呼若伽味知所自耳茄子類有數種紫茄黄茄南北通有之青水茄白茄惟北土多有入藥多用黄茄其除惟可作菜茄耳又有一種若

茄小株有刺亦入藥江南有一種藤茄作蔓生皮薄似葫蘆亦不聞中藥

衍義曰茄子新羅國出一種淡光微紫色帶長味甘今其子已遍中國蔬圃中惟此無益並無所治止說損人後人雖有處治之法然終與本經相失圃人又植於暖處厚加糞壤遂於小滿前後求貴價以售既不以時損人益多不時不食於可忽也浙西常茄皆皮紫其皮白者為水茄吾鄉常茄皮白而水茄則紫其異如此 容齋隨筆

栽茄秧法初分栽時向根旁掀硫黃一塊即以泥培之結子倍多其大如盞味甘而益人開花時取葉布過於路以

灰園之結子加倍謂之嫁茄 水雲録

茄味甘寒患冷人不可多食熟者少食 畏多食損人動氣發瘡及痼疾菜中惟此物益無丹溪謂茄屬土故甘而喜降火藥中用根煎湯洗足瘡蒂燒灰治口瘡甚效皆甘以緩火之章 食物本草

茄子又名落蘇味甘性寒無毒久冷人不可多食損人動氣發瘡及痼疾熟者亦少食之冷即損胃氣主寒熱五臓劳根及枯莖葉主凍脚瘡可煑作湯浸之良腸風下血不止用茄蒂燒灰存性為末每服一錢食前米飲下 日用本草

酉陽雜俎云茄子一名落蘇今吴人正謂之落蘇或云錢

王有子跛足以声相近故恶人言茄子亦未必然老学菴筆記

茄子一名落蘇有紫者有白者有長者有圓者紫者柔滑白者澁硬本草謂味甘寒久冷人不可多食損人動氣發瘡及痼疾其枯根莖葉作湯漬脚凍瘡愈有一種野生者其樹小而有刺名鬼茄本草謂之苦茄其子不可食但以醋摩療癰腫又有天茄緣架而生本草謂之藤茄俗謂之丁香茄其結子实絶小状如葫蘆子可实 吳化府志

茄有紫白二種俗呼落蘇初花時翦其葉散布行路則結子多俗名嫁茄 松江府志

天茄

天茄清明時撒於肥地蔓長則引上 便民圖纂

天茄圖經云即老鵶眼睛草葉似茄故名今俗所謂天茄及老鵶眼睛二草皆圖經不同 太食州志

風茄

風茄研末陰置酒中笑則飲之者必笑哭則飲之者亦哭直至醒而後已

華澄茄

蓽澄茄其藤蔓衍春花夏實花白而實黑一統志爪哇

## 薑

種薑字林曰薑御濕之菜茈音紫生薑也潘尼曰南夷之薑〻宜白沙地少與糞和熟耕如麻地不厭熟縱橫七遍尤善三月種之先重樓耩尋壟下薑一尺一科令上土厚三寸數鋤之六月作葦屋覆之不耐寒熱故九月掘出置屋中〻国多寒宜作窖以穀稈合埋之中国土不宜薑僅可存活勢不滋息種者聊擬藥物小〻耳崔寔曰清明節後十日封生薑至四月立夏後蠶大食芽生可種之九月

藏茈薑蘘荷其歲若温皆待十月生薑謂之茈薑博物志

曰姙娠不可食薑令子盈脂齊民要術

薑蒲白杜上黄諸處皆宜姜二三月種五六月發芽紅嫩者指名子姜其性熟或醬食或醋食之佳九十月取其近本者名曹薑其性亦熟但以裝湯不入藥其本隔年者名母薑存皮性涼去皮性熱醫家入藥用此按本草生姜味辛温微乾姜性大熱無毒先用水淹三日取出去皮後置流水中六日更取出去皮然後曝乾置甕中以釀之盖使其氣相蒸如釀酒然蒲人不曉制乾薑法緩急缺用故備述之興化府志

薑宜耕熟肥地三月種之以蠶沙或腐草灰糞覆蓋每隴闊三尺便於澆水待芽發後又揠去老姜上作矮棚蔽日八月收取九十月宜掘深窖以糠粃合埋煖處免致凍損以為来年之種使民纂

清明後三日封畺之夏後蠶大食時生芽未可移種先用蠶沙麻粃灰糞盦熟過以大麥地上做壟則四畔泥不流下每隴闊三尺揀有芽者一尺一窠歛料種坑内用灰糞厚三寸上用土一寸以腐草蓋之六月棚蓋或插蘆蔽日東西為坑、口種芋頭以遮日色農

薑說文云禦濕之菜史記云種千畦姜与侯等言其利詩

也凡種宜用沙地熟耕或用鍬深掘爲善三月畦種之畦
闊一步長短任地横作壟深可五七寸壟中一尺一科以
土上覆厚三寸許仍以糞培之益以蠶糞尤佳芽出生草
勤鋤之壟中漸漸加土培壅一法用蓆草覆之勿令他草
生使姜芽自迸出覆其上六月用枝葉作棚以防日（姜性不耐寒熱故尔或只用帶葉封枝扦插）
四月竹箄爬開根土取姜母貨之不虧
原本秋社前新芽頓長分採之即紫姜芽色微紫故名最
宜糟食亦可代蔬劉屏山詩云恰似匀粧指柔尖帶淺紅
似之矣白露則帶絲漸老為老姜味極辛可以和烹飪盖
愈老而愈辣者也晒乾則為乾姜醫師資之今北方用之

頗廣齋民要術云中國多寒土不宜姜所種僅可擬藥物耳九月中掘出置屋中宜作窖穀稈合埋之今南方地煖不用窖至小雪前以不經霜為上拔去日就土晒過用籍篘盛貯架起下用火熏三日夜令濕氣出盡脚掩蔀口仍架起下用火熏令常煖勿令凍損至春釋其芽之深者如前法種之為效速而利益倍諺云養羊種姜子利相當按薑辛而不葷去邪辟惡蔬茹中之拂士也日用不可闕然本草云能解穢溫中多食則少志傷心氣其亦夫子不徹食不多食之義云爾 王氏農書

女真無姜至燕方有之每兩價至千二百金人珍甚不可

妄設遇大賓至縷切數絲寘楪中以為異品不以雜之飲
食中也 松閒記聞

種姜宜白沙地少与糞和熟耕之耕不厭細縱橫七八遍
乃佳三月種之闊一步作畦長短隨地形橫作壠〻相去
一尺餘深五六寸壠中安薑一尺一科帶芽大如二指闊
厚土蓋三寸許以蚕沙蓋之無沙上好糞芽出後有草即
除漸〻土蓋之已后壠中却令高如壠中却深不得併上
去為姜向上長故也云鋤不厭數五月六月中作棚蓋
之緣性不耐熱又不耐寒九月掘出取置煖窟中若寒宜
作窖以穀桿合埋不爾即凍死中土不宜僅得存活勢不

老者為母姜嫩者為紫姜 八閩

說文曰姜禦濕之菜也春秋運斗樞曰璇星散為薑則姜有異辛而不臭姜生於陰故蜀 辛姜陽蘆陰敷宋玉曰薑桂因地而生不因地而辛女因媒而嫁不因媒而親古者諸侯燕食所加三十一物有牛𦤎田豕爵鷄蜩范蔆椇棗栗之屬而終於姜桂而孔子亦不徹姜食言齊雖禁葷物姜辛而不臭故不徹去之非特齊也喪有疾飲酒食肉必有草木之滋焉以為薑桂之謂也南都賦曰蘇蔱紫姜拂徹羶腥蓋去羶腥之最緊薑者紫色之

姜而上林賦又有茈姜張揖則以茈姜為子姜云魏志倭國有姜不知為滋味而梁代裴子野言遂來不食薑或譏之云孔稱不徹裴乃不嘗又何異也呂氏春秋和之美者陽樸之薑招搖之桂越駱之菌吳孫權使介象買蜀作虀

尔雅翼

冬葉姜葉也苞苴物交廣皆用南方地熱物易腐敗惟冬葉藏之乃可持久 南方草木狀

圖経曰生姜生犍為山谷及荊州楊州今處〻有以漢温池州者為良苗高二三尺葉似箭竹葉而兩兩相對苗青根黄無花実秋採根於長流水洗過日曝為乾姜漢州乾姜法

以水淹姜三日去皮又置流水中六日更刮去皮然後曝之令乾釀扵甕中三日乃成也

姜味辛卄微温主傷寒頭疼鼻塞上氣入肺開胃口益脾胃散風寒痰嗽止嘔吐之聖藥通神明去穢悪子姜性熱毋姜存皮性微温去皮性熱無病之人間夜勿食葢夜氣収歛姜動氣故也食物本草

子姜即生姜之嫩者秋社前人収糟蔵之味辛性温醋食之發眼疾上壅痔病動脚氣發灸瘡主調中開胃止嘔下氣日用本草

薑味辛説文曰姜可以香口四月栽五月生立夏則取其

栽之毋曰老姜七八収新長者曰子薑〻性熱或醬或糟食之佳毋姜存皮性微温去皮性熱醫家入藥用此 邵武府志

薑有黃色者有紫色者種自閩至者乃生張瀓詩翠葉獲隴紅玉芽是也 建昌府志